

【しそジュース作り】

園名：大山幼稚園

1



- ・ 園庭にたくさん生えている赤しそを使って「しそジュース」を作ることになりました。
- ・ 赤しそは、葉っぱの部分だけ使います。

2



- ・ 葉っぱの重さを量りながら「まだまだ足りないな。」「10枚採ってきた!」と、みんなでたくさん採りました。

3



- ・ 鍋に水を沸騰させ、きれいに洗った赤しそを入れます。
- ・ 葉っぱの色が緑に変わり、お湯の色が赤紫になったのを見て、子どもたちは不思議そうな様子でした。
- ・ 15分程煮出し、ザルでこして絞ります。
- ・ 絞った液を鍋に戻し砂糖を加えて煮溶かし、レモン汁を入れたらしそシロップの完成です。
- ・ 粗熱をとり冷蔵庫で冷やした後、水や炭酸水で薄めていただきます。
- ・ 「しその味がする!」「おいしい!」「家ではハチミツ入れて飲んでる。」と「しそジュース」を味わっていました。

4



ひとこと(遊びのポイントや豆知識等)

色鮮やかで暑い時期にぴったりなドリンクです。

砂糖の量や薄める加減でお好みの甘さに調整ができます。

年齢 (0歳児 1歳児 2歳児 3歳児 4歳児 5歳児) 季節 (春 夏 秋 冬)
遊び 自然 (植物 虫 その他) 運動 (室内遊び 屋外遊び) 制作
探してみよう 食育 眠育